

image not found or type unknown



Dejar de amargarse para ImPerfectas

Raquel Córcoles, Lucía Taboada

Fecha de publicación:
28/10/2014

¡Ha empezado el reinado de las ImPerfectas!

Sello Editorial:
Zenith

Este libro ofrece consejos e ideas para cambiar tu forma de ver la vida.

En él encontrarás:

Contacto de prensa

- A tu nuevo tú, la imPerfecta.

Nombre: Paloma
Cordón

- La psicóloga: la amiga que nos da consejos positivos. Propone test, ejercicios para analizarnos e ideas prácticas para el buen rollo.

Teléfono: 93 492 86
33

- El neurocientífico: es el experto que ofrece información científica sobre los beneficios de pensar en positivo.

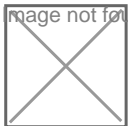
Email:
pcordon@planeta.es

- El coach o entrenador personal: nos propone ejercicios físicos que nos ayudan a ser más positivas.

- La malévola: nos recuerda a esa voz interior que tantas veces intenta sabotearnos.

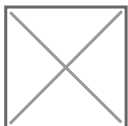
Además, podrás seguir un plan de 21 días para alcanzar tu objetivo de abandonar los malos rollos con: pensamientos positivos para empezar el día, ejercicios de reflexión personal, técnicas físicas como el yoga y la meditación, listas con consejos superprácticos y pequeñas historias llenas de inspiración.

image not found or type unknown



Raquel Córcoles

Raquel Córcoles nació en Reus en 1986, cursó la carrera Publicidad, Periodismo y Comunicación Audiovisual en la Universitat Rovira i Virgili (Tarragona) y terminó sus estudios en Madrid, licenciándose en Periodismo en la Universidad Rey Juan Carlos. Creó Moderna de Pueblo en 2010 y, después de compaginarlo durante tres años con su trabajo de creativa publicitaria, lo dejó en 2012 para dedicarse a tiempo completo a este proyecto en el que dirige los contenidos y trabaja como guionista e ilustradora.



Lucía Taboada

Lucía Taboada es periodista. Actualmente trabaja como redactora de la Cadena Ser y colabora en la revista masculina GQ, donde ofrece su visión femenina del mundo.